

ABITUATI A REGALARE PAROLE BELLE!

Coltiva il quaderno delle *parole belle*. Puoi appenderle alle pareti di casa, là dove lo sguardo si posa di frequente, così diventano parte di te.

Come il corpo ha bisogno di mangiare, così la mente ha bisogno di nutrirsi con parole belle che diano luce alla mente, energia alla volontà e serenità alle emozioni.

Continuamente tieni aperto il cantiere delle parole belle (*mantra-sutra-messaggi*) dalle quali vai a prendere rifugio. La realtà è quello che è, essere positivi o negativi dipende dai pensieri che decidi di ospitare nella mente. Ti conviene ospitare parole belle.

Ti offriamo alcune *parole-guaritrici* perché servano da terapia alle parole malate che intossicano la mente.

- ☼ *Sotto il cielo una sola famiglia; tutti siamo scaldati dallo stesso sole, respiriamo la stessa aria, posiamo i piedi sulla stessa terra: apprezza la compagnia di tutto ciò che ti circonda.*
- ☼ *La vita è gratis, la gratuità è l'emozione migliore per apprezzare il fatto di esistere.*
- ☼ *Celebra la gratuità della vita, respira la grazia di essere vivo.*
- ☼ *Il mondo è uno specchio che restituisce la tua immagine: fagli il broncio e ti guarderà male; sorridigli e ti darà indietro serenità e fiducia.*
- ☼ *La vita è un dono da donare.*
- ☼ *Gli unici veramente felici sono quelli che hanno cercato e trovato il modo di servire.*
- ☼ *Quel che fai agli altri può essere solo una goccia ma è quella goccia che cambia la tua vita.*
- ☼ *Sognavo che la vita fosse gioia, mi svegliavo e la vita era servizio. Ho servito e nel servizio ho trovato gioia.*
- ☼ *Se ti paragoni agli altri puoi diventare vanitoso e aspro, c'è sempre chi è più bravo e meno bravo di te, ma tu ricorda: ogni uomo è una stella, ogni stella ha il suo splendore, accogli ogni persona come dono del cielo.*
- ☼ *L'unico angolo che posso cambiare sono io stesso.*
- ☼ *Il cielo comincia in te.*
- ☼ *Loda in pubblico, rimprovera in privato.*
- ☼ *Fa tre domande prima di un giudizio.*
- ☼ *Fa tre lodi prima di un rimprovero.*
- ☼ *Costruisci il cielo dove altri possano volare.*
- ☼ *Vivi semplice; più sei semplice più gusti il valore delle cose; le cose semplici sono anche le più belle. Non lasciarti opprimere dai bisogni ricchi. Non c'è nulla di più libero e indipendente dell'uomo che sa vivere con poco.*
- ☼ *Il passato se ne è andato, il futuro non è ancora arrivato, vivi il presente con consapevolezza, con armonia, con gratuità..... più che puoi!*